



EINE ANDACHT FÜR KINDER

Positiv bleiben!

Wie wir fröhlich bleiben und Gutes tun können, auch wenn es manchmal traurig und schwierig sein kann. Dazu erzähle ich Euch zunächst eine Geschichte.

In der Geschichte geht es um Jule. Jule war ein sehr fröhliches Mädchen, die am liebsten draußen spielte. Einmal fuhr Jule mit ihrem Fahrrad durch einen Park. Ein anderes Mal spielte sie im Wald verstecken und fangen mit ihren Freunden. Eines Tages am Morgen, als Jule aufwachte, hörte sie das Plätschern des Regens. Sie sprang aus dem Bett und schaute aus dem Fenster. Draußen war alles grau und es regnete in Strömen. Jule war enttäuscht, sie hatte sich schon so auf einen Tag draußen gefreut. Jule setzte sich an das Fenster und schaute traurig hinaus. Die Mutter von Jule kam herein und bemerkte, dass Jule nicht so fröhlich war wie an den vorherigen Tagen. Sie setzte sich zu ihr und fragte: „Warum bist du so traurig, Jule?“ Jule antwortete: „Ich wollte heute wieder gerne draußen spielen, aber jetzt regnet es so doll. Es gibt kaum etwas, was ich hier drinnen machen kann.“ Jules Mama lächelte und sagte: „Jule, auch an Regentagen kann man Spaß haben. Wir können ja mal überlegen, was wir hier drinnen machen können.“ Also überlegten sie gemeinsam, was man alles drinnen machen kann. Jule schrieb auf:

Malen, Kuchen backen, ein Buch lesen, eine Höhle bauen, ein Gesellschaftsspiel spielen und ein lustiges Lied singen...

Gemeinsam fielen den beiden viele Dinge ein, die sie drinnen machen konnten. Schon während des Sammelns von Möglichkeiten wollte Jule schon am liebsten mit einer Sache beginnen. So fingen sie gleich an, einen Kuchen zu backen. Sie lachten und hatten sehr viel Spaß dabei, die Zutaten in die Schüssel zu tun, alles zu verrühren und dann die Schüssel auszulecken. Während der Kuchen im Ofen war, bauten sie im Wohnzimmer eine Höhle. Als der Kuchen fertig war, nahmen sie sich ein Stück und aßen es in der Höhle. Jule merkte gar nicht, wie schnell die Zeit verging. Sie hatte so viel Spaß, dass sie den Regen draußen vergaß. Am Abend, als Jule ins Bett ging, sagte sie zu ihrer Mama: „Heute war ein richtig toller Tag. Danke, dass du mir gezeigt hast, wie man auch an Regentagen Spaß haben kann.“ Mama lächelte, gab ihr einen Kuss auf die Stirn und sagte: „Es gibt immer etwas Positives. Man muss nur danach suchen.“

Kennt ihr solche Tage, an denen ihr traurig wart? Was habt ihr gemacht, um euch besser zu fühlen? Gibt es etwas, was euch immer wieder fröhlich macht? (Je nach Zeit und Situation könnt ihr ein paar Antworten aus der Gruppe sammeln.)

In der Bibel hat ein Mann an eine Gemeinde einen Brief geschrieben, mit Regeln, wie sie sich verhalten sollen und da hat er geschrieben „Prüft alles und behaltet das Gute!“ 1. Thes 5,21 (E). Das Gute behalten, gutes Tun, das wollen wir nun gemeinsam tun.



FRAGEN FÜR EIN GEMEINSAMES GESPRÄCH

Kennst Du das, wenn Du traurig bist, wenn es Dir nicht gut geht? Wie können wir einander helfen, wieder fröhlich zu werden? (An dieser Stelle kann man sich auch die Zeit nehmen und gemeinsam Antwortmöglichkeiten sammeln, um im Anschluss darüber ins Gespräch kommen.)

AKTION FREUDENLISTE

Jede*r von euch bekommt ein Blatt Papier und einen Stift. Ihr könnt jetzt malen oder schreiben, was euch glücklich macht. Wenn ihr fertig seid, können wir unsere Listen einander vorlesen und hören, was uns alle fröhlich macht. Im Anschluss können wir einzelne Aspekte, die uns fröhlich machen, ausprobieren – vielleicht gibt es auch eine Sache, die wir noch nie vorher gemacht haben.

ABSCHLUSSGEDANKE

Wenn ihr mal einen schlechten Tag habt oder es einem nicht gut geht, schaut euch die Liste an und denkt daran, dass wir in jedem Tag etwas Gutes, etwas Positives finden können, auch wenn es manchmal ganz schön schwer ist. Gott ist immer bei uns und möchte uns helfen, Gutes zu tun und fröhlich zu sein.

GEBET

Lieber Gott, danke, dass du uns geholfen hast, darüber nachzudenken, wie wir fröhlich bleiben können. Sei du auch in schwierigen Zeiten bei uns und hilf uns auch dann wieder fröhlich zu sein. Sei du auch bei uns, damit wir anderen helfen können wieder positiv zu sein. Amen.

Kyra Wollbrink,
Jugendreferentin in der
Ev. Jugend Bünde-Ost
